

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет образования и науки Волгоградской области

Администрация Серафимовичского муниципального района

Волгоградской области

.

МКОУ школа №1 г. Серафимовича

РАССМОТРЕНО

руководитель ШМО

.

Гаврилова М.И

Протокол №1 от «26»
августа 2026 г.

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет

Протокол №1 от «28»
августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

ио директора МКОУ школы
№1 г. Серафимовича

.

Маланина Ж.Ж.

Приказ №100-од от «28»
августа 2026 г.

***Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Военно-полевые сборы
(основы безопасности и защиты Родины)»
10 класс***

Составитель программы:
Реуцкова М.А., преподаватель-организатор
ОБЗР

Серафимович 2026 г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Нормативная база

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Военно-полевые сборы (Основы безопасности и защиты Родины)» для 10 класса составлена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утверждённым приказом Минпросвещения от 17.05.2012 № 413 (с изменениями);
- Федеральной образовательной программой среднего общего образования, утверждённой приказом Минпросвещения от 18.05.2023 № 371;
- Приказом Минпросвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Основной общеобразовательной программой среднего общего образования МКОУ школы №1 г. Серафимовича
- Положением о рабочих программах учебных предметов, учебных курсов (в том числе внеурочной деятельности), учебных модулей.

1.2. Актуальность программы

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального закона «О воинской обязанности и военной службе» об обязательной подготовке граждан к военной службе.

Курс направлен на военно-патриотическое воспитание молодежи и предусматривает закрепление знаний, полученных учащимися в процессе изучения курса «Основы безопасности и защиты Родины» по истории создания Вооруженных сил РФ, организационной структуры, функций и основных задач ВС РФ, боевых традиций и символов воинской славы, основных понятий о воинской обязанности и военной службе, а также приобретение первичных практических навыков по организации военной службы.

Программа реализуется в рамках части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, и направлена на подготовку юношей к военной службе и формирование у всех обучающихся чувства патриотизма и гражданской ответственности.

1.3. Цель и задачи курса

Цель курса: организация учебно-методического обеспечения подготовки учащихся, обеспечение знаниями и умениями, необходимыми для прочной, сознательной и глубокой подготовки к военной службе.

Задачи курса:

- закрепить теоретические знания по основам военной службы;
- сформировать практические навыки строевой, тактической, огневой, физической подготовки;
- ознакомить с основами безопасности военной службы, устройством и правилами обращения с оружием;
- развить навыки тактической медицины и радиационной, химической, биологической защиты;
- сформировать психологическую устойчивость и морально-волевые качества;
- воспитать чувство патриотизма, ответственности и дисциплины.

1.4. Место курса в учебном плане

Программа рассчитана на изучение в 10 классе по курсу внеурочной деятельности «Военно-полевые сборы (ОБЗР)» на **34 часа в год (1 час в неделю)**.

Объём программы: 10 класс — 34 часа в год.

Срок реализации программы: 1 год.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

2.1. Личностные результаты

- формирование гражданской идентичности, патриотизма, уважения к Отечеству;
- формирование ответственного отношения к выполнению воинского долга;
- развитие морально-волевых качеств, дисциплинированности, ответственности;
- формирование готовности к защите Родины;
- развитие чувства коллективизма, взаимопомощи и товарищества.

2.2. Метапредметные результаты

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- владение основами самоконтроля, самооценки;
- умение работать в команде, распределять функции и роли;
- умение ориентироваться в различных источниках информации.

2.3. Предметные результаты

Учащийся будет знать:

- требования воинских уставов к размещению военнослужащих, распорядок дня в/ч;
- назначение и состав суточного наряда в/ч, обязанности лиц суточного наряда;
- порядок подготовки караулов, обязанности часового;
- правила техники безопасности при выполнении учебных стрельб;
- действия солдата в бою, обязанности солдата в бою.

Учащийся будет уметь:

- вести наступление в составе отделения, занимать оборону;
- оборудовать окоп для стрельбы лёжа;
- выполнять строевые приёмы;
- выполнять нормативы по физической подготовке;
- применять средства индивидуальной защиты;
- готовить оружие к применению;
- оказывать первую медицинскую помощь.

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Параметр	Значение
Продолжительность учебного года	34 недели
Начало занятий	1 сентября
Окончание занятий	31 мая
Продолжительность занятия	1 академический час (40 минут)
Периодичность занятий	1 раз в неделю
Всего часов в год	34
Каникулы	Согласно календарному учебному графику школы
Промежуточный контроль	В течение года (сдача нормативов)
Итоговый контроль	Сдача комплексных нормативов (май)

4. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Модуль 1. Тактическая подготовка (5 часов)

Действия солдата в бою. Обязанности солдата в бою. Наступление в составе отделения, взвода, роты. Оборона в позиции отделения, в опорном пункте взвода и роты. Оборудование окопа для стрельбы лёжа. Выбор места для стрельбы. Правила маскировки. Порядок преодоления заражённого участка местности.

Модуль 2. Огневая подготовка (5 часов)

Изучение устройства и боевых свойств автомата Калашникова (АК-74). Неполная разборка и сборка АК-74. Основы и правила стрельбы. Меры безопасности при обращении с оружием и на стрельбище. Метание учебных гранат.

Модуль 3. Строевая подготовка (6 часов)

Строевая стойка и повороты на месте. Движение строевым шагом. Выход из строя и подход к начальнику. Отдание воинской чести на месте и в движении. Строй отделения и взвода. Строевые приёмы с оружием.

Модуль 4. Основы медицинских знаний (Тактическая медицина) (7 часов)

Универсальный алгоритм оказания первой помощи. Остановка кровотечений (жгуты, давящие повязки). Наложение повязок на голову, конечности, грудь. Сердечно-легочная реанимация. Способы транспортировки пострадавшего в боевых условиях. Доврачебная медицинская помощь при ранениях и травмах.

Модуль 5. Радиационная, химическая и биологическая защита (РХБЗ) (4 часа)

Средства индивидуальной защиты (противогазы, ОЗК). Действия по сигналам оповещения. Преодоление заражённой местности. Проведение частичной санитарной обработки. Отработка нормативов со средствами индивидуальной защиты.

Модуль 6. Физическая подготовка (4 часа)

Разучивание и совершенствование упражнений на силу, выносливость и ловкость. Преодоление элементов полосы препятствий. Силовые гимнастические упражнения (подтягивание, отжимание). Сдача нормативов по физической подготовке.

Модуль 7. Основы противодействия терроризму (2 часа)

Признаки подготовки терактов. Действия при угрозе БПЛА, захвате заложников, нападении. Изучение сигналов оповещения и алгоритмов эвакуации. Требования безопасности при проведении массовых мероприятий.

Модуль 8. Итоговая аттестация (1 час)

Сдача зачётов по нормативам (неполная разборка/сборка, надевание противогаза, строевая подготовка, физическая подготовка). Подведение итогов.

5. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (КТП)

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
Модуль 1. Тактическая подготовка (5 часов)		
1	Действия солдата в бою. Обязанности солдата в бою	1
2	Наступление в составе отделения, взвода, роты	1
3	Оборона в позиции отделения, в опорном пункте взвода и роты	1
4	Оборудование окопа для стрельбы лёжа. Правила маскировки	1

5	Порядок преодоления заражённого участка местности	1
Модуль 2. Огневая подготовка (5 часов)		
6	Устройство и боевые свойства автомата Калашникова (АК-74)	1
7	Неполная разборка и сборка АК-74	1
8	Основы и правила стрельбы	1
9	Меры безопасности при обращении с оружием	1
10	Метание учебных гранат	1
Модуль 3. Строевая подготовка (6 часов)		
11	Строевая стойка и повороты на месте	1
12	Движение строевым шагом	1
13	Выход из строя и подход к начальнику	1
14	Отдание воинской чести на месте и в движении	1
15	Строи отделения и взвода	1
16	Строевые приёмы с оружием	1
Модуль 4. Основы медицинских знаний (Тактическая медицина) (7 часов)		
17	Универсальный алгоритм оказания первой помощи	1
18	Остановка кровотечений (жгуты, давящие повязки)	1
19	Наложение повязок на голову, конечности, грудь	1
20	Сердечно-лёгочная реанимация	1
21	Способы транспортировки пострадавшего в боевых условиях	1
22	Доврачебная медицинская помощь при ранениях и травмах	1
23	Практическое занятие: отработка навыков оказания первой помощи	1
Модуль 5. Радиационная, химическая и биологическая защита (4 часа)		
24	Средства индивидуальной защиты (противогазы, ОЗК)	1
25	Действия по сигналам оповещения	1
26	Преодоление заражённой местности. Частичная санитарная обработка	1
27	Отработка нормативов со средствами индивидуальной защиты	1
Модуль 6. Физическая подготовка (4 часа)		
28	Упражнения на силу, выносливость и ловкость	1
29	Преодоление элементов полосы препятствий	1
30	Силовые гимнастические упражнения (подтягивание, отжимание)	1
31	Сдача нормативов по физической подготовке	1
Модуль 7. Основы противодействия терроризму (2 часа)		
32	Признаки подготовки терактов. Действия при угрозе БПЛА	1
33	Сигналы оповещения и алгоритмы эвакуации	1
Модуль 8. Итоговая аттестация (1 час)		
34	Сдача комплексных нормативов. Подведение итогов	1
	Итого	34

6. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Виды контроля

Вид контроля	Форма контроля	Сроки
Входной	Определение уровня физической подготовленности	Сентябрь

Текущий	Наблюдение за выполнением упражнений и нормативов	В течение года
Промежуточный	Сдача нормативов по разделам	По окончании каждого модуля
Итоговый	Сдача комплексных нормативов	Май

6.2. Критерии оценивания (зачёт/незачёт)

Норматив	Оценка
Неполная разборка/сборка АК-74	Зачёт — выполнение за установленное время
Надевание противогаза	Зачёт — выполнение за установленное время
Стрелевая подготовка	Зачёт — правильность выполнения стреловых приёмов
Физическая подготовка	Зачёт — выполнение нормативов (подтягивание, отжимание, бег)
Оказание первой помощи	Зачёт — правильность выполнения алгоритма

7. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

7.1. Формы организации занятий

- фронтальная;
- групповая;
- индивидуальная.

7.2. Формы проведения занятий

- теоретическое занятие (лекция, беседа);
- практическое занятие (тренировка, отработка нормативов);
- сдача нормативов;
- учебные стрельбы.

7.3. Основные методы обучения

Словесные методы: объяснение, инструктаж, беседа, разбор.

Наглядные методы: демонстрация, показ.

Практические методы: тренировки, выполнение упражнений, сдача нормативов.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Наименование	Количество
Учебный автомат Калашникова (АК-74)	1–2 шт.
Противогазы	По количеству учащихся
Общевойсковой защитный комплект (ОЗК)	По количеству учащихся
Медицинские тренажёры (манекены для реанимации)	1–2 шт.
Жгуты, бинты, перевязочные пакеты	По количеству учащихся
Спортивный инвентарь (турники, маты, скакалки)	По необходимости
Плац (для строевой подготовки)	1
Полоса препятствий	1
Мультимедийное оборудование	1 комплект

9. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСОВ

9.1. Основная литература

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразовательных организаций / под ред. А.Т. Смирнова. — М.: Просвещение.
2. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. — М.: Воениздат.

3. Наставление по стрелковому делу. — М.: Воениздат.

9.2. Интернет-ресурсы

1. <https://mil.ru/> — Официальный сайт Министерства обороны РФ.
2. <https://www.mchs.gov.ru/> — Официальный сайт МЧС России.
3. <https://www.obzh.info/> — Сайт по основам безопасности жизнедеятельности.